

# Loslassen

Wir sind schon in der zweiten Woche der Eingewöhnung.  
Ich sitze auf einem kleinen Holzstuhl im Gruppenraum.

Mein Rücken tut weh.

Mein Herz auch ein bisschen.

Es tut weh, hier zu sitzen - nicht, weil ich nicht gehen darf, sondern weil ich bleibe und nicht weiß, ob ich so willkommen bin, wie ich bin.

Ich spüre, dass mein Bleiben beobachtet wird.

Dass Erwartungen im Raum stehen,  
die nicht ausgesprochen werden, aber da sind.

Die Erzieherin ist freundlich. Routiniert. Sie hat Sätze gesagt wie:

„Wir lassen dein Kind entscheiden.“

„Wir schauen von Tag zu Tag.“

Ich habe genickt. Immer.

Aber gestern Nachmittag hat sie mich um ein Gespräch gebeten.

Sie lächelte, und sagte, sie habe das Gefühl, dass ich nicht so gut loslassen kann. Und dass sie das gut verstehen könne. Ich würde ja das Wichtigste, was ich habe, in fremde Hände geben. Sie sagte, wenn es diese Woche nicht richtig klappt, sollten wir es vielleicht mal mit dem Vater versuchen. Ihrer Erfahrung nach, würde es mit Vätern oft besser klappen. Und schneller.

Jetzt sitze ich also hier.

Ich, die Mutter, die „nicht gut loslassen kann“.

Weil ich Fragen stelle.

Weil ich nicht sofort gehe.

Weil mein Blick zu weich ist.

Oder zu fragend.

Oder zu lang.

Ich beobachte mein Kind.

Ich beobachte mich.

Und ich beobachte sie.

Die Erzieherin. Ihre Blicke.

Ich fühle mich plötzlich wie eine Bewertung. Nicht wie eine Mutter.

Ich frage mich, ob es wirklich einfacher wäre, wenn mein Mann hier säße. Ja, er ist anders.

Weniger schnell verunsichert.

Nicht, weil er es besser kann.

Sondern, weil niemand erwartet, dass er es perfekt macht.

Ich bin mir sicher, wenn er die Eingewöhnung übernimmt,

gelten andere Maßstäbe.

„Schön, dass er das macht.“

„Der ist echt entspannt.“

„Mit dem klappt's richtig gut.“

Ich glaube, er könnte einfach sein.

Wenn er zu lange bleibt, ist er achtsam.

Wenn ich zu lange bleibe, heißt es, ich vertraue der Erzieherin nicht.

Wenn er zu schnell geht, ist er klar.

Wenn ich zu schnell gehe, sehe ich mein Kind nicht richtig.



Wenn er nichts sagt, ist er angenehm zurückhaltend.  
Wenn ich nichts sage, bin ich distanziert.  
Wenn er viel sagt, ist er interessiert.  
Wenn ich viel sage, klammere ich.

Ich weiß, vielleicht denke ich Unsinn.  
Aber ich weiß auch: Ich bin nicht allein. Ich habe Freundinnen, denen es ähnlich geht.  
Und ich frage mich:  
Vielleicht ist das Problem nicht, dass wir Mütter zu sehr festhalten.  
Vielleicht ist das Problem, dass wir oft nicht genug gehalten werden, während wir loslassen.

Ich glaube nicht, dass es nur eine individuelle „Mütter-Sache“ ist.  
Es ist ein Zusammenspiel: Zwischen dem, was wir uns selbst abverlangen und dem, was andere uns unausgesprochen zuschreiben.

Vielleicht sehen wir Mütter oft nicht als jemanden, der begleitet werden muss, sondern als jemanden, der funktionieren soll.  
Präsent sein, aber auch loslassen.  
Stark sein, aber nicht zu kühl.  
Vertrauen haben, aber sich kümmern.

Und wenn wir dann zögern, wenn unser Herz schwer wird oder unsere Augen feucht, dann ist es plötzlich „ein Problem mit dem Loslassen“, nicht ein Zeichen von Bindung, Sorge oder Liebe.

Ich wünsche mir eine Eingewöhnung, in der ich nicht erst funktionieren muss als Mutter, sondern gesehen werde als Mensch.  
Mit Fragen. Mit Gefühl. Mit Unklarheit.  
Ich will nicht bewertet werden dafür, wie gut ich mich von meinem Kind trenne, sondern gesehen werden in dem, was diese Trennung gerade für mich bedeutet.

Loslassen ist kein Beweis für gute Mutterschaft.  
Keine Prüfung, die ich bestehen muss.  
Sondern ein Schritt, den ich gehen darf.  
Begleitet. Nicht bewertet.

Und plötzlich frage ich mich:  
Was wäre, wenn es beim Loslassen gar nicht nur um mich geht?  
Vielleicht liegt das Problem nicht in mir.  
Nicht in einem Mangel an Fähigkeit.  
Sondern in einem System voller Erwartungen, Bilder, Bewertungen.

Geformt durch die Haltung von Erzieher\*innen.  
Durch unausgesprochene Vorstellungen davon, was eine gute Mutter ist.  
Durch gesellschaftliche Normen darüber, wer sich wann und wie zu trennen hat.

Wenn Väter „leichter loslassen“, dann vielleicht, weil man ihnen mehr Leichtigkeit lässt.

Das sind meine letzten Gedanken, bevor mein Kind meine Hand nimmt und mir ein Spielzeugauto zeigt.